



DU 30 SEPTEMBRE AU 31 OCTOBRE

MOIS BLEU

À l'occasion de la semaine nationale des retraités et personnes âgées, le CIAS et ses partenaires vous proposent un programme haut en couleur sur le territoire de Grand Lac !

LE PROGRAMME DU MOIS BLEU

1 Les samedis 30 septembre, 14 et 28 octobre de 10h à 12h

Atelier d'écriture

Réalisation d'un livret sur l'histoire de la ville d'Aix-les-Bains, avec une auteure-illustratrice, un archiviste et un graphiste.

Lieu : Bibliothèque d'Aix-les-Bains

Réservation : 04 79 61 29 40 (10 places)



2 Samedi 30 septembre

Saint'Inn Art

10h - 19h : exposition d'œuvres d'artistes professionnels chez l'habitant.

Déplacements à pied ou minibus Mobéa à partir de la salle Despina, Brison-Saint-Innocent.

15h : Concert «Cœur de St Inn» avec la pianiste Juliette Montaigu.

Lieu : Salle Despina, Brison Saint-Innocent



3 Dimanche 1^{er} octobre à 17h

« Drumer club », par la Cie Les éclatés du Viviers

Une pièce de théâtre rythmée à l'humour décapant pour découvrir un club dont l'activité est... des plus surprenantes.

Lieu : Salle polyvalente, Méry

Réservation : 06 73 10 20 11

batsalle.pm@orange.fr (70 places)



4 **Mardi 3 octobre à 14h30**

**Thé dansant
avec Jocelyne Mermillod**

Lieu : EHPAD « Le Bois Lamartine »

Montée de la Reine Victoria, Tresserve

Réservation : 06 87 60 86 91 (50 places)



5 **Mercredi 4 octobre à 14h**

Spectacle musical

Chansons françaises (années 60-80)
par Vincent Lazille, suivi d'un goûter.

Lieu : Salle de l'ébène, La Biolle



6 **Vendredi 6 octobre de 7h45 à 20h**

Sortie Séniors à Vienne (Isère)

Visite guidée « Vienne au fil du temps »
/ Déjeuner au « Terrasses du Rozay » à
Condrieu / Visite de la cave du Domaine
Degache Frères à Tupin-et-Semons.

RDV : place Jean-Marie Montillet, Albens

Tarif : 35 €

Réservation : Élodie au 07 72 55 98 37
(10 places)



LE PROGRAMME DU MOIS BLEU

7 Vendredi 6 octobre à 14h

Cinéma Séniors

Lieu : Cinéma Victoria à Aix-les-Bains

Tarif : 5 € la séance

Film annoncé un mois avant sur www.grand-lac.fr



8 Samedi 7 octobre à 14h30

Spectacle musical avec le sosie de Cloclo !

Lieu : Résidence Tiers Temps,
26 rue Victor Hugo à Aix-les-Bains

Réservation : 04 79 34 18 59 (7 places)



9 Lundi 9 octobre à 14h30

Spectacle « Le temps des yéyés »

Chants et danses sur les tubes des années 60 avec Marjorie Cadoret, ancienne professionnelle des music-halls parisiens suivi d'un goûter.

Lieu : Salle des fêtes,
Serrières-en-Chautagne

Réservation : accordage@cias-grandlac.fr
/ 04 79 88 68 77 (140 places)



10 Mercredi 11 octobre à 10h30

Récit de voyage aux USA

Témoignage et photos d'un voyage sur la côte ouest américaine.

Lieu : Salle du conseil, mairie de Mouxxy

Réservation : 09 72 33 48 30 (30 places)



11 Jeudi 12 octobre à 9h30

Atelier massage

Donner et recevoir un massage des mains et des avants bras, animé par une ostéopathe.

Lieu : Salle du conseil, mairie de Mouxxy

Réservation : 09 72 33 48 30 (16 places)



12 Jeudi 12 octobre à 10h

Gym douce

avec une professeure de gym

Lieu : Salle polyvalente de Mouxxy

Réservation : Anaïs au 04 79 88 07 91
(15 places)



LE PROGRAMME DU MOIS BLEU

13 Jeudi 12 octobre à 15h

Film documentaire sur Gustave Eiffel.

Lieu : Résidence L'Orée du Bois,
52 rue Georges 1er, Aix-les-Bains.

Réservation : Anaïs au 04 79 88 07 91
(25 places)



14 Vendredi 13 octobre à 15h30

Chorale « Si on chantait » de Avressieux.

Lieu : Salle d'animation,
rue du collège à Albens

Réservation : 04 79 88 87 82 (120 places)



15 Samedi 14 octobre à 17h

Pièce de théâtre « Une vie de pianiste ».

Autobiographie humoristique et musicale
d'un pianiste à travers de grands airs du
jazz, de la musique classique et des tubes
des années 80.

Lieu : Salle de spectacle La Traverse,
Le Bourget du Lac

Réservation : CCAS au 04 79 26 23 13

(62 places gratuites pour les plus de 65 ans)



16 Mercredi 18 octobre à 14h30

Atelier mosaïque

Décoration d'un objet que chaque participant pourra emmener.

Lieu : Résidence Tiers Temps,
26 rue Victor Hugo à Aix-les-Bains.

Réservation : 04 79 34 18 59 (15 places)



17 Mercredi 18 octobre à 18h30

Chorale

Les Patoisants de l'Albanais

Chants et costumes traditionnels savoyards.

Lieu : Salle Despine,
Brison Saint-Innocent



18 Jeudi 19 octobre à 13h45

« Dis, c'était comment avant ? »

Travail sur la vie quotidienne dans les années 40 et 50, et la place des personnes âgées, réalisé par l'école primaire de l'albanaise et des séniors du village. Après-midi animée par l'association Kronos suivie d'un goûter.

Lieu : Salle d'animation, rue du Collège,
Albens.

Informations : Elodie au 07 72 55 98 37



LE PROGRAMME DU MOIS BLEU

19 Vendredi 20 octobre à 15h

**Thé dansant avec l'orchestre
« Lorette et ses mauvais garçons ».**

Suivi d'un goûter.

Lieu : Salle d'animation, rue du Collège,
Albens.

Informations : Elodie au 07 72 55 98 37



20 Vendredi 20 octobre de 16h30 à 19h Après-midi jeux pour les petits et les grands

Lieu : Bibliothèque du Viviers-du-lac

Réservation : 04 79 35 63 42

c.petitroulet@viviersdulac.fr (25 places)



21 Lundi 23 octobre à 9h30

Atelier mosaïque

Fabrication d'un dessous de plat en
mosaïque que chacun pour emmener.

Lieu : Salle du conseil, mairie de Moux

Réservation : 09 72 33 48 30 (10 places)



22 Mardi 24 octobre à 12h

Repas partagé au restaurant « le Bellevue » à Trévignin

Réservé aux EHPAD et aux clubs d'aînés.

Tarif : 17 € tout compris

Réservation avant le 17 octobre :

dan.drumet@gmail.com (110 places)



23 Jeudi 26 octobre à 15h

Conférence sur la crémaillère du Revard

Photos et vidéos commentées par
M. François Fouger.

Lieu : Salle du conseil, mairie de Mouxy

Réservation : 09 72 33 48 30 (30 places)



24 Jeudi 26 octobre à 15h

Jeux d'esprit

Jeux de réflexion, de mots et de mémoire.

Lieu : Résidence l'Orée du Bois,

52 rue Georges 1er, Aix-les-Bains.

Réservation : Anaïs au 04 79 88 07 91
(15 places)



LE PROGRAMME DU MOIS BLEU

25 Dimanche 29 octobre de 14h à 17h Stars en famille

Jeux puis défilé de mode intergénérationnels, par des mannequins de tout âge coiffés par une professionnelle.

Lieu : Salle de l'ébène, La Biolle



26 Du 2 au 31 octobre

Exposition « Histoires Vagabondes »

Témoignages croisés des jeunes du collège Garibaldi et des aînés du service Accord'âge sur leur parcours de migrants.

Lieu : Bibliothèque du Viviers-du-lac

Entrée libre aux heures d'ouverture



• Sauf mention contraire, les activités sont gratuites et accessibles aux personnes à mobilité réduite.

• En cas d'empêchement, merci d'annuler votre participation auprès de l'organisateur.

SE DÉPLACER POUR PARTICIPER AU MOIS BLEU

Pensez au covoiturage !

⚠ Depuis le 24 janvier 2023, Le Département de la Savoie, Cœur de Savoie, Grand Chambéry et Grand Lac se sont associés pour lancer un dispositif de gratification du covoiturage.

En covoiturant avec l'application BlaBlaCar Daily, votre trajet de plus de 5 km à l'intérieur du territoire Cœur de Savoie, Grand Chambéry, Grand Lac est offert pour les passagers et indemnisé pour le conducteur.

Plus d'informations : www.bit.ly/covoiturage-GL

Ou au dispositif SORTIR + !

⚠ Vous avez 75 ans ou plus et êtes affilié au régime de retraite complémentaire AGIRC-ARRCO, vous pouvez bénéficier du dispositif SORTIR +, avec une aide financière et un accompagnement pour vos sorties par un professionnel agréé.

Pour plus d'informations, contactez le **09 71 09 09 71** ou consulter le : www.services75ans.agirc-arrco.fr



LIEUX DES ACTIVITÉS

